

22.005 Pizza so šunkovou salámou 100 porcií

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
Hmotnosť v kg, l, ks								
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka polohrubá	5,00	5,00	7,00	7,00	9,00	9,00	12,00	12,00
olej	0,60	0,60	1,00	1,00	1,20	1,20	1,40	1,40
droždie čerstvé	0,25	0,25	0,30	0,30	0,40	0,40	0,50	0,50
cukor kryštálový	0,15	0,15	0,20	0,20	0,30	0,30	0,40	0,40
soľ	0,10	0,10	0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
mlieko	3,00	3,00	4,50	4,50	5,50	5,50	7,50	7,50
vajcia	8	0,40	12	0,60	16	0,80	20	1,00
korenie na pizzu	0,02	0,02	0,05	0,05	0,06	0,06	0,10	0,10
šunková saláma	4,00	3,80	4,50	4,27	5,00	4,75	6,00	5,70
syr tvrdý	2,00	2,00	2,50	2,50	3,00	3,00	4,00	4,00
kečup jemný	2,00	2,00	3,00	3,00	4,00	4,00	5,00	5,00
hmotnosť porcie v g	140		200		210		310	

Receptúra

Výrobný postup

Z časti mlieka, cukru a rozdrobeného droždia pripravíme kvások. Múku preosejeme, pridáme cukor, soľ, vajcia, vykysnutý kvások, vlažné mlieko a časť oleja. Vypracujeme vláčne cesto, rozdelíme na rovnaké diely, ktoré rozvalkáme na pláty 1 cm hrubé. Pláty uložíme na olejom vymastené plechy, potrieme kečupom, posypeme korením pizza, obložíme na rezančeky nakrájanou olúpanou šunkovou salámou. Pečieme vo vyhriatej rúre, 20 minút pred dopečením posypeme strúhaným syrom.

Nutričné hodnoty 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	Vitamíny				
	kJ	Kcal								A	B ₁	B ₂	C	E
										mg	mg	mg	mg	mg
A	1656	398	18,61	16,6	0,0	43,3	1,2	294,4	0,7	0,059	0,1	0,2	1,6	0,0
B	2266	544	23,49	23,1	0,0	60,4	1,7	374,0	1,0	0,077	0,1	0,2	2,2	0,0
C	2801	672	28,28	27,5	0,0	77,8	2,2	447,8	1,3	0,095	0,1	0,3	2,8	0,0
D	360	865	36,4	33,9	0,0	103,	2,9	588,	1,7	0,12	0,1	0,4	3,5	0,0

	3		5			3		6		5				
--	---	--	---	--	--	---	--	---	--	---	--	--	--	--